série 01.qxd JD.qxd OK.qxd définitive.qxd 19/10/08 17:39 Page 1

Fraisier à la pâte d'amande

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Assez long

Ce n'est pas parce qu'on présente au verre qu'on doit se contenter d'un ersatz de fraisier ! Voici au contraire une recette avec un authentique biscuit fait maison, une crème aux œufs très travaillée, de la pâte d'amande.... À vos fourneaux.

>Fraisier à la pâte d'amande

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES

Pour le sirop et la décoration
- 400 g de fraises lavées, équeutées et coupées en deux
- 100 g de pâte d'amande
- 1 cuil. à soupe de kirsch
- 10 cl d'eau
- 80 g de sucre

Pour le biscuit
- 8 œufs
- 200 g de farine
- 40 g de beurre
- 200 g de sucre

Pour la crème
- 3 jaunes d'œufs
- 1 gousse de vanille
- 2 cuil. à soupe de Maïzena
- 30 cl de lait entier
- 80 g de beurre
- 10 g de sucre

Préparation
1 h
Cuisson
10 min
Réfrigération
2 h

1 Préparez le biscuit : séparez les blancs d'œufs des jaunes. Battez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse, **Incorporez la farine.** Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Montez les blancs en neige et ajoutez les jaunes et le beurre préalablement fondu. Mélangez.

2 Beurrez un plat et versez le biscuit sur 1 cm d'épaisseur. Enfournez 7 minutes. Laissez tiédir et servez-vous d'une verrine comme emporte-pièce pour **découper des ronds de biscuit à la taille du verre.** Réservez.

3 Préparez la crème : dans une casserole, versez le lait, ajoutez la gousse de vanille fendue en deux et **les grains de vanille grattés avec une petite cuillère** au-dessus du lait. Portez à ébullition. Dans un saladier, fouettez les jaunes avec le sucre, ajoutez la Maïzena.

4 Fouettez et versez le lait vanillé bouillant dessus. Reversez l'ensemble dans la casserole et faites cuire 2 minutes sans cesser de remuer. Hors du feu, **ajoutez le beurre**, mélangez, laissez refroidir et mettez au réfrigérateur. Préparez le sirop : portez l'eau et le sucre à ébullition. Ajoutez le kirsch. Laissez refroidir.

LA PRÉSENTATION

Au fond de chaque verre, disposez un rond de biscuit. Versez dessus un peu de sirop. Disposez une rangée de fraises le long de la paroi du verre, **recouvrez de crème**, puis ajoutez de nouveau des fraises et un deuxième disque de biscuit.

Renouvelez l'opération : recouvrez les biscuits de sirop, puis de fraises, de crème. Terminez en lissant le dessus de chaque verre. A l'aide d'un rouleau à pâtisserie, étalez la pâte d'amande et **disposez un cercle de pâte sur chaque fraisier.** Mettez au frais 2 heures.

MON ASTUCE DE CUISINIER

Vous pouvez improviser vos verrines et, par exemple, remplacer les fraises par des framboises ou décider de mettre 6 couches au lieu de 3... L'important est de toujours avoir à l'esprit que les couches les plus consistanctes doivent être au-dessous. Sinon gare aux mélanges !

MA VARIANTE

Confectionnez un fraisier express (en 15 minutes)
Lavez et équeutez 400 g de fraises. Coupez-les en deux. Réservez-les sur du papier absorbant.
Faites bouillir 30 cl de lait entier, ajoutez un sachet de sucre vanillé. Pendant ce temps, battez 2 jaunes d'œufs avec 30 g de sucre et 3 cuillères à soupe de farine.
Versez dessus le lait bouillant, fouettez et remettez l'ensemble dans la casserole, faites cuire 2 minutes sans cesser de remuer. Laissez refroidir.
Confectionnez rapidement un sirop avec 10 cl d'eau et 10 g de sucre et un trait de Grand Marnier ou de kirsch.
Laissez refroidir. Puis imbibez rapidement 10 biscuits à la cuillère de sirop. Montez les verrines : tapissez le fond d'une première couche de biscuit, recouvrez de crème, de fraises, puis à nouveau de biscuit, de crème et de fraises.
Mettez au frais. Au moment de servir, saupoudrez de sucre glace.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 01-01 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 01.qxd JD.qxd OK.qxd définitive.qxd 19/10/08 17:39 Page 13

Macarons, mousse pistache et fraises

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Voilà un dessert riche en couleur et en saveur. La pâte à pistache donne à cette verrine un goût peu commun. Rajoutez-lui un peu de fruits frais et de délicieux macarons, et vous obtiendrez une verrine digne d'un grand chef !

>Macarons, mousse pistache et fraises

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES

- 3 jaunes d'œufs
- 20 cl de lait entier
- 30 g de sucre
- 30 g de pâte à pistache
- 3 feuilles de gélatine
- 15 cl de crème fraîche liquide
- 120 g de fraises
- 2 gros macarons à la pistache
- 1 petite poignée de pistaches concassées

Préparation
20 min
Cuisson
5 min
Réfrigération
2 h

1 Dans un bol d'eau froide, faites tremper les feuilles de gélatine. Pendant ce temps, versez le lait dans une casserole, **ajoutez la pâte à pistache.** Portez le tout à ébullition.

2 Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. **Versez le lait bouillant sur le mélange,** remuez et refaites cuire l'ensemble dans la casserole à feu doux sans cesser de remuer.

3 Veillez à ce que la crème ne bouille pas. **Essorez les feuilles de gélatine à la main, en les pressant** et ajoutez-les au mélange. Remuez bien le tout de nouveau.

4 Mettez la crème à la pistache dans un saladier, laissez refroidir et réservez au frais. Fouettez la crème liquide en chantilly au batteur électrique et **incorporez-la délicatement à la crème refroidie.** Mettez la crème au frais au moins 2 heures.

LA PRÉSENTATION

Lavez, essuyez avec un papier absorbant et coupez les fraises en deux ou en quatre selon leur grosseur. Juste avant de servir, disposez 4 verrines devant vous. **Émiettez très grossièrement les macarons dans le fond des verres.**

Disposez la mousse à la pistache dessus, puis **recouvrez avec les morceaux de fraises.** Saupoudrez de pistaches concassées.

J'ACHÈTE !

Il est assez difficile de se procurer de la pâte à pistache. Vous en trouverez dans les épiceries fines et certaines épiceries orientales. Le plus simple est de la faire vous-même en achetant des pistaches crues non salées, que vous trouverez sur votre marché, à l'étal épices, fruits secs et olives.

MON ASTUCE DE CUISINIER

Faites une pâte à pistache maison : confectionnez un sirop à 121 °C (ce sirop s'appelle aussi « sirop au boulet », donc, si vous n'avez pas de thermostat, sachez que la température atteint 121 °C lorsque le sirop forme des boules molles) avec 7 cl d'eau et 250 g de sucre. Versez ce sirop sur 500 g de pistaches mondées, 130 g de poudre d'amandes et 5 gouttes d'extrait d'amandes amères. Mixez le tout dans votre broyeur électrique jusqu'à obtention d'une pâte fine. Confectionnez des petits boules de pâte, mettez-les sous film alimentaire et congelez-les. Cette pâte est idéale pour les gourmandises, comme les cakes, les marbrés, les macarons ou les glaces à la pistache.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 01.07 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 03.qxd OK JD.qxd 19/10/08 17:49 Page 1

Tartare de tomates, concombre et thon

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Bon marché

TEMPS Rapide

Des crudités agrémentées de thon servies en verrines pour changer du sempiternel saladier. Une entrée que vous pourrez proposer lors d'un buffet ou d'un dîner chic entre amis.

série 03.qxd OK JD.qxd 19/10/08 17:49 Page 2

>Tartare de tomates, concombre et thon

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES

- 4 tomates
- 1 concombre
- 150 g de thon au naturel
- 300 g de feta
- 1 citron
- 8 feuilles de basilic
- 1 cuil. à soupe de vinaigre de vin
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin

Préparation
15 min
Repos
30 min

1 Portez une grande casserole d'eau à ébullition et plongez-y les tomates 30 secondes. **Pelez-les** et coupez-les en quartiers puis en dés. Mettez-les dans un saladier et réservez au frais.

2 Pelez le concombre, coupez-le en deux dans le sens de la longueur. A l'aide d'une cuillère, épépinez-le. **Taillez-le en petits cubes** et mettez-les dans une assiette creuse, salez généreusement et réservez au frais 30 minutes.

3 Émiettez le thon dans un bol. Lavez, essorez et ciselez grossièrement le basilic. Coupez la feta en petits dés réguliers. Pressez le citron. **Faites une vinaigrette en émulsionnant le vinaigre, l'huile, le jus de citron.** Ajoutez le basilic, poivrez.

4 Passez le concombre rapidement sous l'eau puis égouttez-le. Posez-le sur du papier absorbant. Mettez-le dans un bol. **Versez la vinaigrette sur les tomates et sur les dés de concombre sans les mélanger.**

LA PRÉSENTATION

Disposez quatre verres suffisamment larges devant vous. **Déposez une couche de tomates,** puis de thon, de feta et de concombre. Remplissez les verres à moitié.

Puis renouvelez l'opération. Donnez un tour de moulin et réservez au frais jusqu'au moment de servir.

J'ACHÈTE !

On trouve la tomate toute l'année sur nos marchés, bien que sa pleine saison soit de mai à octobre. Choisissez-la plutôt ferme, avec une peau lisse. Selon la variété, elle sera plus ou moins charnue et juteuse. Son odeur, très parfumée, reste un vrai gage de qualité. Vous aurez l'embarras du choix entre les variétés :
les tomates cocktail, bien parfumées, les grappes juteuses, les rondes lisses plutôt réservées pour être farcies, les côtelées rustiques et charnues comme la Marmande ou la Cœur de bœuf...
Évitez de les conserver au réfrigérateur, ce qui leur fait perdre leur saveur.

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer la feta par des dés de mozzarella, le thon par des anchois ou des olives noires hachées grossièrement. Ajoutez aux tomates quelques oignons frais hachés.

2009© Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2.090 • 03-01 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 04.qxd OK .qxd 19/10/08 17:51 Page 5

PLAT **PÂTES & RIZ**

Paëlla

DIFFICULTÉ
Très facile

COÛT
Raisonnable

TEMPS
Rapide

Pour une soirée des plus conviviales, optez pour cette spécialité espagnole. Cette version est facile, inratable, peu onéreuse et relativement peu longue à préparer.

série 04.qxd OK .qxd 19/10/08 17:51 Page 6

>Paëlla

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES

- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- 1 tomate
- 200 g de fruits de mer surgelés (calamars, moules...)
- 1/4 de chorizo
- 1 poivron rouge
- 2 escalopes de poulet
- 15 cl de vin blanc
- 1 dose de safran
- 150 g de riz
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 8 grosses crevettes

Préparation
20 min
Cuisson
30 min

1 Épluchez et émincez finement l'oignon et l'ail. **Dans une sauteuse, faites-les revenir avec une cuillerée à soupe d'huile d'olive** 5 minutes.

2 Coupez le poulet en lamelles. Otez le pédoncule du poivron, coupez-le en deux et épépinez-le. **Puis taillez-le en cubes.** Coupez la tomate en cubes.

3 Ajoutez à l'ail et à l'oignon revenus **le poulet, le poivron, la tomate, mélangez l'ensemble.** Ajoutez les fruits de mer.

4 Retirez la peau du chorizo et coupez-le en rondelles fines. Ajoutez le chorizo et le riz. **Mouillez avec le vin blanc.** Couvrez et laissez cuire une vingtaine de minutes.

5 Vérifiez en cours de cuisson s'il ne manque pas d'eau. En fin de cuisson, salez et poivrez. **Ajoutez le safran** et remuez pour bien lier les arômes.

LA PRÉSENTATION

Faites sauter les crevettes 2 minutes dans un peu d'huile d'olive. Remplissez vos verrines de paella et **décorez avec les crevettes.** Servez aussitôt.

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer le poulet par du lapin, le safran, épice chère, par du curcuma qui donnera à la paella sa belle couleur jaune orangé. Vous pouvez aussi ajouter des petits pois, des langoustines ou des gambas en fin de cuisson.

MON ASTUCE DE CUISINIER !

Si vous avez le temps, utilisez des fruits de mer frais. Dans ce cas, Lavez et grattez 1 litre de moules. Mettez-les dans un faitout avec 10 cl de vin blanc et 20 g de beurre. Laissez-les s'ouvrir sur feu vif. Réservez les moules et plongez les langoustines ou les crevettes fraîches dans ce liquide de cuisson 5 minutes. Ajoutez un peu d'eau pour couvrir à hauteur. Réservez les fruits de mer. Filtrez ensuite l'eau de cuisson et servez-vous-en pour mouiller le riz. Cela lui donnera un goût incomparable !

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 04-03 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 05.qxd OK JD.qxd 19/10/08 17:53 Page 21

Tajine de poulet aux abricots

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Donnez encore plus de caractère à ce tajine subtilement épicé en le servant dans des miniplats... à tajine. Le mariage sucré-salé et les couleurs audacieuses de ce plat feront de votre dîner un moment d'exception. N'oubliez pas le thé à la menthe en fin de repas !

série 05.qxd OK JD.qxd 19/10/08 17:53 Page 22

>Tajine de poulet aux abricots

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PETITS TAJINES

- 4 blancs de poulet
- 100 g d'abricots secs
- 50 g de raisins secs
- 2 oignons
- 2 cuil. à soupe de miel liquide
- 1 cuil. à café de cannelle
- 1 cuil. à café de cumin
- 1 poignée d'amandes effilées
- 30 g de beurre
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre
- 4 brins de coriandre fraîche

Préparation
20 min
Cuisson
1 h

1 Épluchez et émincez les oignons. Dans une sauteuse, faites fondre le beurre. Ajoutez les oignons et **faites-les dorer.**

2 Pendant ce temps, **coupez les blancs de poulet en morceaux.** Ajoutez les morceaux aux oignons.

3 Faites saisir la viande en ajoutant l'huile d'olive. Laissez cuire 5 minutes. **Ajoutez le miel liquide,** les abricots, la cannelle et le cumin. Salez et poivrez.

4 **Remuez et mouillez avec 20 cl d'eau.** Couvrez et laissez mijoter 45 minutes. Vérifiez qu'il ne manque pas d'eau en cours de cuisson. Au besoin, rajoutez un petit verre d'eau.

5 Lavez et ciselez la coriandre. En fin de cuisson, **ajoutez les amandes effilées** et les raisins secs.

LA PRÉSENTATION

Répartissez votre tajine dans 4 petits plats à tajine et **décorez de coriandre fraîche ciselée.** Servez aussitôt.

JE SERS AVEC !

De la semoule nature, vous pouvez la décorer avec de la cannelle et des raisins secs. Également des pommes de terre vapeur.

MA VARIANTE !

Proposez un tajine de poulet aux pruneaux. Faites revenir dans une cocotte en fonte 3 oignons émincés dans 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Ajoutez 4 blancs de poulet coupés en morceaux, faites dorer l'ensemble 5 minutes. Pendant ce temps, faites tremper 16 pruneaux dénoyautés dans un bol d'eau tiède. Saupoudrez d'une cuillerée à café de piment en poudre, une de cannelle et une autre de cumin. Mélangez bien l'ensemble et mouillez avec un grand verre d'eau chaude dans laquelle vous aurez délayé un bouillon cube de volaille. Ajoutez les pruneaux. Laissez cuire 45 minutes. Vérifiez en cours de cuisson qu'il ne manque pas d'eau. 10 minutes avant la fin de cuisson, ajoutez une poignée d'amandes effilées. Au moment de servir saupoudrez de brins de coriandre fraîche ciselée.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 05-11 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 08.qxd JD.qxd 19/12/08 18:18 Page 15

Minibagnats

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Bon marché

TEMPS Express

Ces petits sandwichs niçois se laissent déguster en une bouchée. Du thon, des oignons, des olives, des anchois enfermés dans un petit pain croquant... De quoi mettre l'eau à la bouche.

série 08.qxd JD.qxd 19/12/08 18:18 Page 16

>Minibagnats

INGRÉDIENTS POUR 12 MINIBAGNATS

- 12 petits pain ronds ou ovales
- 24 tomates-cerises
- 12 anchois à l'huile
- 2 œufs
- 1 oignon
- 1/2 poivron vert
- 12 olives noires niçoises
- 1 petite boîte de thon
- huile d'olive
- sel, poivre

Préparation
15 min
Cuisson
10 min

1 Épluchez et émincez très finement l'oignon. **Égouttez les anchois.** Dénoyautez les olives.

2 Égouttez le thon et **émiettez-le dans un bol.** Portez une casserole d'eau à ébullition et faite cuire les œufs 10 minutes.

3 Passez-les sous l'eau froide et écalez-les. **Coupez-les en rondelles.** Réservez. Rincez les tomates et coupez-les en deux. Réservez.

4 Coupez les petits pains dans le sens de la largeur et **imbibez-les d'huile d'olive** sur les deux faces intérieures.

5 **Garnissez les petits pains jusqu'à épuisement des ingrédients.** Salez et poivrez. Si vous devez les emporter, conservez-les au frais, bien enveloppés dans du papier d'aluminium.

LA PRÉSENTATION

Disposez-les sur un plat de service avec quelques olives en plus à grignoter.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

Pour des pans-bagnats encore plus petits (pour un apéro ou un buffet), utilisez des petits pains ovales délicatement briochés appelés « navettes ». Commandez-les chez votre boulanger.

MA VARIANTE !

Vous pouvez faire une soirée sur le thème des minisandwiches les plus connus : minihot-dogs et miniburgers.

Minihot-dogs : 1 baguette, 12 saucisses cocktail, moutarde Savora (moutarde sucrée), 1 oignon.
Épluchez et émincez l'oignon, faites-le revenir dans un peu d'huile. Plongez les saucisses 5 minutes dans une casserole d'eau bouillante. Coupez la baguette dans la longueur à moitié. Recoupez-la en petits tronçons, ouvrez et tartinez de moutarde. Garnissez d'oignon et d'une saucisse.

Miniburgers : 120 g de bœuf haché, 1 oignon, ketchup, feuilles de laitue, cornichons émincés, rondelles de concombre, 4 pains burgers. Dans chaque pain, recoupez 3 disques avec un petit verre. Épluchez et émincez l'oignon. Confectionnez 12 boulettes de viande et faites-les revenir 10 minutes dans une poêle avec un peu d'huile.
Tartinez les pains de ketchup, de cornichons, d'oignons, de laitue, de concombre, ajoutez la boule de viande, recouvrez de la tranche de pain.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2.090 • 08-08 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

Serie 10.qxd JD.qxd 19/12/08 18:22 Page 9

PLAT **POISSONS & FRUITS DE MER**

Crevettes aux courgettes

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Des crevettes épicées sautées sur un lit de rubans de courgettes lovées dans des cuillères... Luxe et raffinement sont au programme de ce plat léger et savoureux.

Serie 10.qxd JD.qxd 19/12/08 18:22 Page 10

>Crevettes aux courgettes

INGRÉDIENTS POUR 12 CUILLÈRES

- 12 crevettes roses précuites
- 2 petites courgettes
- 1 gousse d'ail
- 1/2 citron
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de curry
- 1 pincée de gingembre
- sel, poivre

Préparation
20 min
Cuisson
4 min

1 **Décortiquez entièrement les crevettes.** Coupez-les en deux ou trois, selon leur taille, dans le sens de la largeur. Faites chauffer une casserole d'eau salée.

2 **Mettez les crevettes dans un bol avec le curry, le gingembre et une cuillerée d'huile d'olive.** Mélangez et laissez macérer.

3 Lavez les courgettes et essuyez-les. Coupez-les en forme de tagliatelles à l'aide d'un couteau économe. **Plongez-les 2 minutes dans l'eau bouillante.** Rincez-les sous l'eau froide et égouttez-les.

4 Mettez les courgettes dans un saladier, et **ajoutez le jus du citron, une cuillerée à soupe d'huile, sel, poivre.** Mélangez bien le tout. Laissez reposer 10 minutes.

5 Pelez la gousse d'ail, dégermez-la. **Faites sauter les crevettes à la poêle avec leur marinade et l'ail** pendant 2 minutes en remuant. Salez et poivrez.

LA PRÉSENTATION

Disposez des tagliatelles de courgettes dans les cuillères de présentation et **répartissez les morceaux de crevettes encore chauds dessus.** Servez aussitôt.

J'ACHÈTE !

Vous trouverez des crevettes roses ou bouquet chez votre poissonnier. Pour cette recette, vous pouvez aussi bien utiliser des crevettes congelées et décortiquées. Certaines, de taille moyenne, ont encore leur queue, vous pouvez les laisser telles quelles pour la cuisson. D'autres, totalement décortiquées, sont en général plus petites et moins savoureuses. Bien entendu, faites décongeler les crevettes avant de les faire mariner.

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer les tagliatelles de courgettes par une purée de courgettes et de pommes de terre. Dans ce cas, faites cuire séparément dans de l'eau bouillante salée une grosse pomme de terre coupée en morceaux pendant 10 minutes et une courgette râpée pendant 2 minutes. Égouttez bien les deux légumes et écrasez-les ensemble à la fourchette dans un saladier, avant d'y ajouter uniquement de l'huile, du sel et du poivre. Réservez quelques gouttes de citron pour assaisonner les crevettes en fin de cuisson. Vous pouvez remplacer le gingembre par du piment.

2009© Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 10-05 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

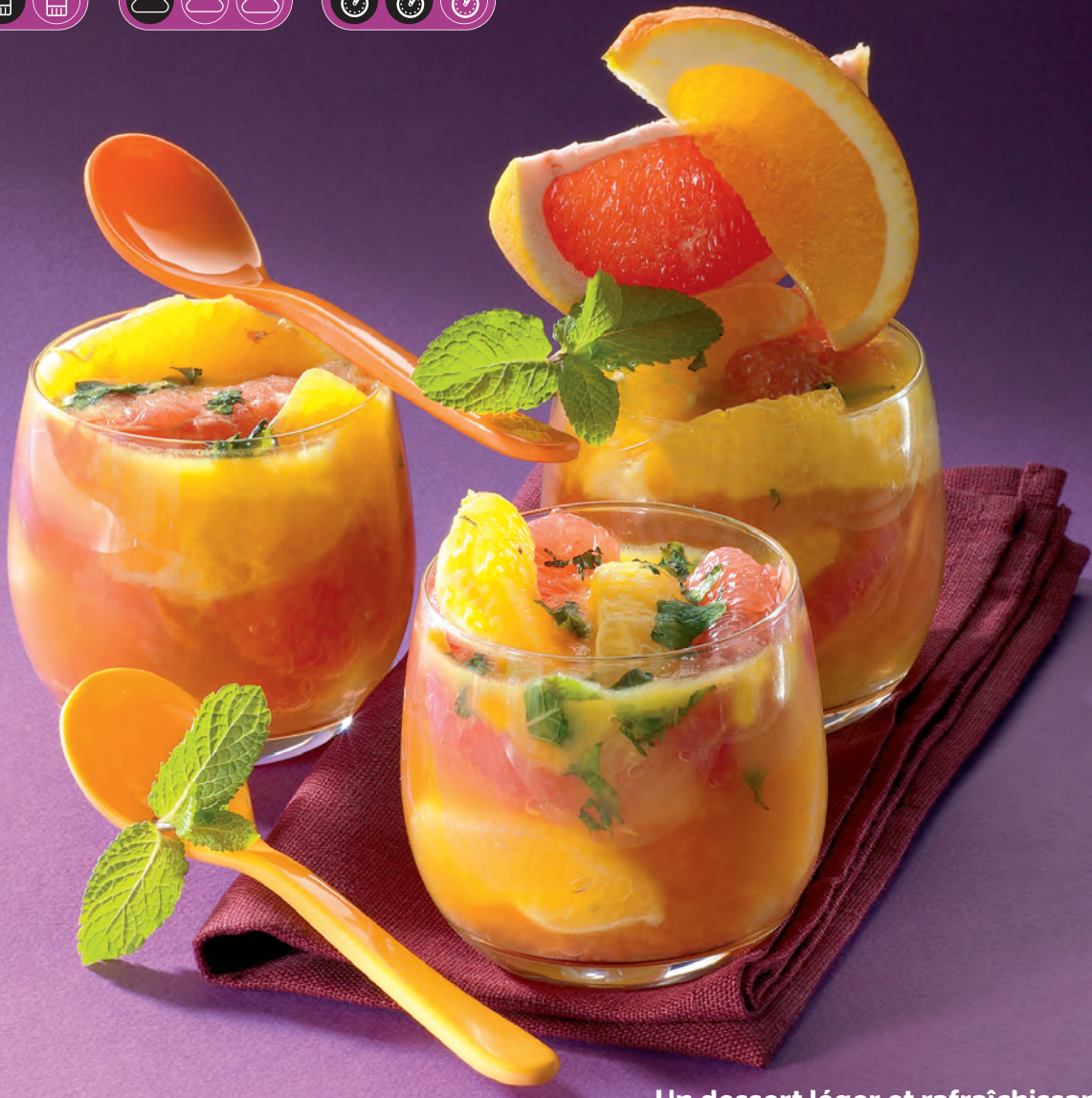
Serie 10.qxd JD.qxd 19/12/08 18:22 Page 19

Agrumes à la gelée de menthe

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Bon marché

TEMPS Rapide



Un dessert léger et rafraîchissant, parfait pour terminer un repas copieux. Facile et rapide à préparer, comptez tout de même 3 heures de réfrigération.

Serie 10.qxd JD.qxd 19/12/08 18:22 Page 20

>Agrumes à la gelée de menthe

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES

- 3 oranges
- 3 pamplemousses
- 3 cuil. à soupe de Grand Marnier
- 3 cuil. à soupe de sucre roux
- 3 feuilles de gélatine
- 10 feuilles de menthe

Préparation
15 min
Cuisson
5 min
Réfrigération
3 h

1 Pelez et **coupez en quartiers 2 oranges et les 3 pamplemousses au-dessus d'un bol** de façon à recueillir leur jus qui s'écoule. Pressez la troisième orange.

2 Ajoutez son jus au jus recueilli. Dans un bol d'eau froide, faites tremper les feuilles de gélatine 5 minutes. **Pendant ce temps, lavez et ciselez la menthe.**

3 Mettez le jus des fruits dans une petite casserole avec le sucre. Faites chauffer à feu doux. **Essorez avec les doigts les feuilles de gélatine et ajoutez-les.**

4 **Remuez avec une spatule en bois,** ajoutez le Grand Marnier et les 3/4 des herbes. Mélangez et retirez du feu. Laissez tiédir.

LA PRÉSENTATION

Répartissez les quartiers d'agrumes dans les verrines. Versez le jus refroidi sur les fruits et mettez au réfrigérateur au moins 3 heures.

Sortez les verrines juste avant de servir et **décorez avec la menthe ciselée restante.**

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer 1 pamplemousse ou 2 oranges par 2 clémentines ou par 3 kiwis.

MA VARIANTE !

Proposez un gratin d'agrumes aux pépites de chocolat dans des petites cassolettes ou des miniplats à gratin allant au four.
Ingrédients : 100 g de pépites de chocolat, 2 oranges, 1 pamplemousse, 40 cl de lait, 5 œufs, 80 g de sucre, 1 cuil. à soupe de farine, 20 g de beurre.
Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Pelez les oranges et le pamplemousse à vif. Coupez-les ensuite en quartiers. Réservez.
Faites bouillir le lait et laissez-le refroidir. Battez les œufs dans un saladier avec le sucre. Ajoutez la farine, mélangez de nouveau. Versez le lait sur le mélange en battant avec un fouet métallique.
Beurrez 4 cassolettes. Répartissez les quartiers dans les cassolettes, versez le mélange aux œufs dessus. Saupoudrez de pépites de chocolat. Enfournez 15 minutes. Servez tiède.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2.090 • 10-10 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

Serie 10.qxd JD.qxd 19/12/08 18:22 Page 21

Mousse au citron

DIFFICULTÉ Difficile

COÛT Raisonnable

TEMPS Assez long

Des biscuits au citron, une crème au citron et de la mousse au citron : l'ensemble est délicieux et les verrines sublimes ! Ce dessert tout citron est assez sophistiqué. Vous en apprécierez la délicatesse et la fraîcheur.

Serie 10.qxd JD.qxd 19/12/08 18:22 Page 22

>Mousse au citron

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES

Pour la crème au citron
- 2 jus de citron
- 2 œufs
- 150 g de sucre
- 1 cuil. à soupe de Maïzena
- 20 g de beurre

Pour la mousse au citron
- 200 g de fromage blanc
- 20 cl de crème liquide
- 1 jaune d'œuf
- 50 g de sucre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 jus de citron +1 g d'agar-agar
- 8 à 10 sablés bretons au citron

Préparation
30 min
Cuisson
5 min

1 Pour la crème : dans un saladier, battez les œufs entiers et le sucre. **Ajoutez la Maïzena ainsi que le jus de citron filtré dans une passoire.** Mélangez le tout.

2 Versez cette préparation dans une casserole. Ajoutez le beurre coupé en morceaux. **Faites cuire à feu doux en remuant sans cesse au fouet environ 5 minutes jusqu'à épaississement.** Puis versez dans un bol et laissez refroidir.

3 Pour la mousse : **battez le jaune d'œuf et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.** Dans une petite casserole, versez le jus de citron filtré et l'agar-agar, faites bouillir une minute.

4 Dans un saladier, fouettez au batteur électrique la crème liquide bien froide avec le sucre vanillé. **Ajoutez le fromage blanc à la crème fouettée,** puis le mélange œuf-sucre et enfin le citron tiédi.

LA PRÉSENTATION

Disposez une couche de mousse au citron dans le fond des verrines. **Émiettez un sablé au citron.** Puis, versez une couche de crème au citron.

Recouvrez d'un sablé émietté et **terminez par une épaisse couche de mousse au citron.** Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

J'ACHÈTE !

L'agar-agar est un gélifiant naturel que vous trouverez plus particulièrement dans des commerces diététiques, mais vous pouvez le remplacer par deux feuilles de gélatine. Pour gagner du temps, vous pouvez utiliser de la crème au citron appelée *lemond curd*, une spécialité anglaise apparentée à une confiture, que l'on trouve facilement dans les grandes surfaces et les confiseries. Si vous la faites vous-même, vous pouvez la conserver plusieurs jours et la tartiner sur du pain brioché ou l'utiliser pour fourrer un gâteau.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

Décorez vos verrines avec une tuile au citron plantée au sommet ou encore avec quelques zestes de citron.

MON ASTUCE DE CUISINIER !

Pour réussir la crème fouettée, placez le saladier et la crème liquide au réfrigérateur, ou 10 minutes au congélateur. Elle montera ainsi sans souci, surtout si la température ambiante est élevée.
Vous pouvez réaliser ce dessert avec des oranges.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 10-11 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 11.qxd JD.qxd 20/01/09 23:44 Page 1

Miniterrines de chèvre et courgettes

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Bon marché

TEMPS Rapide

Voici une entrée rafraîchissante, avec du chèvre aromatisé à la menthe et des bâtonnets de courgette mi-cuits. Sa présentation originale et graphique dans des verrines contribuera assurément à son succès.

serie 11.qxd JD.qxd 20/01/09 23:44 Page 2

>Miniterrines de chèvre et courgettes

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES

- 500 g de fromage de chèvre frais
- 3 courgettes
- 4 brins de menthe
- 1 cuil. à soupe de ciboulette hachée
- 2 gousses d'ail
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre

Préparation
15 min
Cuisson
5 min
Réfrigération
1 h

1 Lavez les courgettes et essuyez-les. **Coupez-les en tronçons de la hauteur des verrines.** Portez à ébullition une casserole d'eau salée.

2 Retirez le centre des tronçons de courgette avec les pépins. **Coupez les tronçons de haut en bas en 6 ou 8 bâtonnets.**

3 **Plongez les bâtonnets de courgette dans l'eau bouillante ainsi que 2 feuilles de menthe.** Faites-les cuire 5 minutes. Puis, passez-les sous l'eau froide dans une passoire et laissez refroidir.

4 Effeuillez et hachez la menthe. Pelez la gousse d'ail et écrasez-la au presse-ail. Mettez le fromage dans un saladier avec la menthe, l'ail et la ciboulette. Versez l'huile, salez, poivrez et **amalgamez le tout en écrasant le fromage à la fourchette.**

LA PRÉSENTATION

Garnissez les verrines avec les bâtonnets de courgette en les disposant le long de la paroi. Si besoin, recoupez la base pour les faire tenir droit.

Remplissez les verrines de fromage frais à la menthe en maintenant les courgettes bien au bord. Couvrez les verrines d'un film alimentaire et mettez au réfrigérateur 1 heure.

J'ACHÈTE !

Utilisez 3 courgettes de taille moyenne ou 2 grosses. Les petites seront plus goûteuses. Elles doivent être fermes et bien saines, d'une couleur vert foncé.

J'ACCOMPAGNE

Présentez ces verrines avec des sablés au romarin.
Pour les ingrédients :
180 g de farine, 80 g de beurre, 2 cuil. à soupe d'huile d'olive, 100 g de parmesan râpé, 2 œufs, 2 cuil. à soupe de romarin.
Pour la préparation : dans un récipient, fouettez les œufs et le parmesan.
Ajoutez le beurre fondu et l'huile, mélangez vivement. Puis ajoutez la farine et le romarin. Malaxez pour obtenir une pâte ferme. Laissez reposer une heure au frais. Préchauffez le four à 160 °C (th. 5-6). Étalez la pâte, coupez-la en bâtonnets de 10 cm sur 2 cm, ou avec des emporte-pièce. Faites cuire sur la plaque de cuisson huilée pendant 10 minutes. Laissez refroidir.

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer les courgettes par un concombre, que vous couperez et présenterez de la même manière.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2.090 • 11-01 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

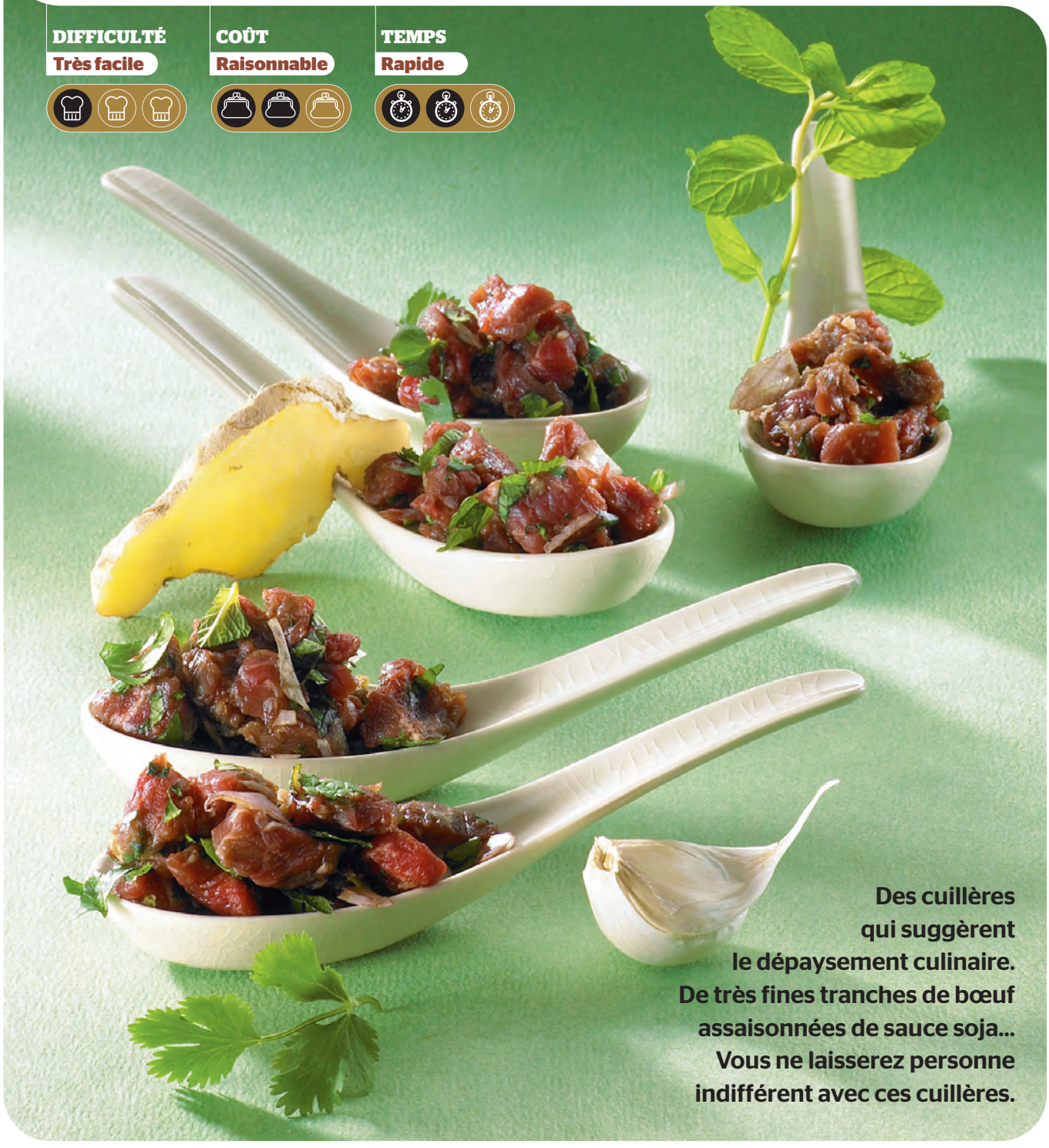
serie 11.qxd JD.qxd 20/01/09 23:44 Page 15

Tartare de bœuf épicé

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide



Des cuillères qui suggèrent le dépaysement culinaire. De très fines tranches de bœuf assaisonnées de sauce soja... Vous ne laisserez personne indifférent avec ces cuillères.

serie 11.qxd JD.qxd 20/01/09 23:44 Page 16

>Tartare de bœuf épicé

INGRÉDIENTS POUR 12 CUILLÈRES

- 400 g de rumsteak
- 12 brins de coriandre
- 10 brins de menthe
- 1 échalote
- 1 gousse d'ail

Pour la sauce

- 1 cuil. à soupe de nuoc-mam
- 1 cuil. à soupe de sauce soja
- 2 citrons verts
- 15 g de gingembre frais
- 1 cuil. à café de sucre roux
- 1 gousse d'ail

Préparation
20 min

1 **Préparez la sauce : pressez le jus des citrons.** Épluchez la gousse d'ail. Mettez le jus des citrons et l'ail dans le bol d'un robot mixeur.

2 Ajoutez la sauce nuoc-mam, la sauce soja et le sucre roux. **Pelez le gingembre** et coupez-le grossièrement. Ajoutez-le dans le robot.

3 **Faites tourner tous ces ingrédients** 2 minutes. Réservez la sauce au frais. Épluchez et émincez l'échalote. Lavez, essorez et ciselez les herbes.

4 Sur un plan de travail, coupez la viande en fines lamelles. **Détaillez-la ensuite en petits cubes.**

LA PRÉSENTATION

Mettez-la dans un saladier avec les herbes ciselées, l'échalote émincée. Remuez bien le tout et **répartissez dans les cuillères.**

Arrosez chaque cuillère d'un peu de sauce, servez sans attendre.

JE GAGNE DU TEMPS !

Remplacez la pièce de rumsteak par la même quantité de steak haché. Mais, attention, pour un tartare, la fraîcheur de la viande doit être irréprochable.

MA VARIANTE !

Un tartare de bœuf épicé aux câpres et crumble au parmesan servi dans des verrines.
Pour le tartare : 400 g de rumsteak, 3 petits oignons blancs, 2 cuil. à soupe de câpres, 15 g de gingembre frais, 1 cuil. à soupe de sauce soja, 1 cuil. à soupe de whisky, 3 gouttes de Tabasco, 3 jaunes d'œufs, 10 brins de persil.
Pour le crumble : 30 g de beurre, de farine, de parmesan et de poudre d'amandes.
Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Mélangez du bout des doigts les ingrédients du crumble jusqu'à obtention d'une pâte sableuse. Répartissez-la sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et enfournez 15 minutes.
Pendant ce temps, taillez la viande au couteau en tout petits dés. Mettez-la dans un saladier. Épluchez et émincez les oignons et le gingembre. Lavez, ciselez le persil. Ajoutez les oignons, le gingembre, les câpres, la sauce soja, le whisky, le Tabasco, les jaunes d'œufs et le persil ciselé.
Amalgamez-bien l'ensemble. Remplissez des verrines de ce tartare. Recouvrez de brisures de crumble.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2.090 • 11-08 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 12.qxd JD.qxd 20/01/09 23:49 Page 11

Taboulé aux aubergines

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Bon marché

TEMPS Rapide

Le taboulé, ce n'est pas compliqué ! L'astuce est d'en faire de jolies verrines, attrayantes par leur présentation, originales grâce à l'aubergine et délicieuses par leur bouquet de saveurs. Servez-les en entrée ou pour accompagner une viande grillée.

serie 12.qxd JD.qxd 20/01/09 23:49 Page 12

>Taboulé aux aubergines

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES

- 1 aubergine
- 150 g de semoule
- 1 citron
- 2 tomates
- 1 cuil. à soupe de menthe
- 1 cuil. à soupe de persil haché
- 1 cuil. à soupe de pignons de pin
- huile d'olive
- sel, poivre

Préparation
20 min
Cuisson
10 min
Réfrigération
1 h

1 Pressez le jus du citron. Mettez la semoule dans un saladier. **Versez dessus de l'eau tiède et le jus de citron**, et mélangez. Couvrez et laissez gonfler la semoule. Mélangez-la de temps en temps.

2 Préchauffez le gril du four. Lavez l'aubergine et coupez-la en rondelles. Disposez les rondelles sur la plaque du four. **Saupoudrez-les de sel et badigeonnez-les d'huile d'olive**. Faites-les griller 5 minutes de chaque côté.

3 Coupez les rondelles d'aubergine en petits cubes. Mettez-les dans un saladier avec une cuillerée à soupe d'huile, salez, poivrez. Ajoutez les pignons et mélangez. **Répartissez-les dans quatre verrines.**

4 Ébouillantez les tomates 30 secondes et pelez-les. Coupez-les en quartiers, retirez les pépins. Puis, **détaillez-les en petits cubes.**

LA PRÉSENTATION

Mélangez la menthe, le persil, deux cuillerées à soupe d'huile et le jus du citron à la semoule. Salez et poivrez. Ajoutez également les deux tiers des tomates et mélangez. **Répartissez la semoule dans les verrines quasiment jusqu'au bord.**

Enfin, parsemez le reste des tomates concassées sur le dessus des verrines. Placez-les au réfrigérateur au moins 1 heure. Servez frais.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

Présentez cette recette dans des cuillères : utilisez du caviar d'aubergine, ou réduisez l'aubergine en purée au mixer. Déposez un lit de purée d'aubergine dans les cuillères, recouvrez de taboulé et ajoutez trois morceaux de tomates concassées dessus.

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer l'aubergine par un concombre, dans ce cas supprimez les pignons. Pelez le concombre, retirez les pépins au centre et coupez-le en petits dés. Assaisonnez avec une cuillerée d'huile d'olive, une cuillerée de crème fraîche, un peu de menthe hachée, une pincée de sel.

MA VARIANTE !

Vous pouvez préparer un taboulé à la libanaise.
Ingrédients : 100 g de boulgour, 3 tomates, 2 bouquets de persil plat, 1 jus de citron et 2 cuil. à soupe d'huile d'olive.
Versez de l'eau tiède sur le boulgour dans un saladier et laissez-le gonfler. Pelez les tomates, retirez-en les pépins et coupez-les en dés. Lavez, essorez, puis hachez le persil. Égouttez le boulgour. Mettez tous les ingrédients ensemble. Assaisonnez avec le jus de citron et l'huile d'olive, salez et poivrez. C'est très frais et plus léger.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 12.06 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 12.qxd JD.qxd 20/01/09 23:49 Page 17

Poulet basquaise

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Bon marché

TEMPS Assez long

On ne se lasse pas de cette recette classique, haute en couleur et qui dans ces minicocottes conserve son caractère mijoté. La sauce tomate aux poivrons est un festival de saveurs. Vous apprécierez ce plat convivial et plutôt diététique en toutes circonstances.

serie 12.qxd JD.qxd 20/01/09 23:50 Page 18

>Poulet basquaise

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 MINICOCOTTES

- 4 blancs de poulet
- 1 boîte de tomates pelées
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 15 cl de vin blanc
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre

Préparation
20 min
Cuisson
40 min

1 **Coupez les blancs de poulet en morceaux.** Pelez l'oignon et les gousses d'ail. Hachez-les.

2 Lavez les poivrons. Ouvrez-les, retirez les pépins et la membrane blanche. **Coupez les poivrons en lanières.**

3 Faites chauffer l'huile dans une cocotte et **faites-y revenir les morceaux de poulet en les retournant de tous les côtés** pendant 5 minutes environ jusqu'à ce qu'ils dorent. Salez et poivrez.

4 Retirez les morceaux de poulet et réservez-les. **Mettez dans la cocotte, les oignons, l'ail et les poivrons,** laissez-les fondre en remuant pendant 5 minutes.

5 **Puis, ajoutez les tomates pelées, coupées en morceaux, et arrosez de vin blanc.** Salez et poivrez. Remettez les morceaux de poulet dans la cocotte. Couvrez et laissez cuire 20 minutes.

LA PRÉSENTATION

Pendant ce temps, préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Puis, **répartissez le poulet et les légumes avec la sauce dans des minicocottes.** Enfournez et laissez cuire encore 10 minutes.

J'ACHÈTE !

Achetez de beaux filets de poulet, rosés et bien charnus. Comptez entre 100 et 150 g par personne. Vous pouvez utiliser des morceaux comme les pilons et le haut des ailes, plus moelleux, à condition qu'ils ne soient pas trop gros pour tenir dans les mini-cocottes. N'hésitez pas à utiliser des oignons et de l'ail hachés surgelés, qui font gagner du temps.

MA VARIANTE !

Si vous désirez donner une note vraiment basque à cette recette, ajoutez ces deux produits du terroir : une tranche de jambon de Bayonne et une cuillerée à café de piment d'Espelette en poudre. Coupez la tranche de jambon en morceaux. Faites-les revenir en même temps que le poulet et réservez-les de la même manière. Ajoutez le piment d'Espelette au moment où vous remettez le poulet dans la sauce et mélangez bien. Vous pouvez également ajouter quelques olives noires et vertes, moins conformes à la recette de base, mais en accord avec les parfums de ce plat. Au moment de servir, parsemez les minicocottes de persil haché.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 12/09 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 13.qxd JD.qxd 20/01/09 23:55 Page 15

Magret de canard aux pêches

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Pourquoi ne pas présenter le magret de canard dans des cuillères ? Une manière originale de découvrir le goût inégalé d'un magret proposé sur un lit de purée de pêches.

serie 13.qxd JD.qxd 20/01/09 23:55 Page 16

>Magret de canard aux pêches

INGRÉDIENTS POUR 12 CUILLÈRES OU MINICONTENANTS

- 1 magret de canard
- 2 cuil. à soupe de miel liquide
- 2 pêches au sirop
- 1 pointe de quatre-épices

Préparation
10 min
Cuisson
20 min

1 Égouttez les pêches, coupez-les en dés et **mixez-les au robot.**

2 Mettez la purée de pêches dans une casserole et faites-la cuire 5 minutes avec une cuillerée à soupe de miel. **Entaillez le magret côté peau jusqu'à la chair.**

3 Faites bien chauffer une poêle. Faites-y cuire le magret côté peau pendant 8 minutes. **Éliminez la graisse au fur et à mesure.**

4 Lorsque la graisse est pratiquement éliminée, **retournez-le**, couvrez-le et laissez-le cuire encore 5 minutes. Le magret doit rester saignant.

5 Sur une planche à découper, détaillez le magret en cubes. **Déglacez le jus de cuisson avec le reste de miel et les épices.** Portez à ébullition

LA PRÉSENTATION

Répartissez la purée de pêches dans les minicontenants. **Ajoutez les dés de magret** et nappez du jus de cuisson réduit. Servez.

MA VARIANTE !

Les fruits accompagnent parfaitement le magret de canard.
Proposez un magret aux pommes.
Ingrédients : 1 magret, 2 pommes, 1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique, 10 g de beurre.
Retirez la peau du magret et posez-le dans un plat creux. Enduisez-le de miel. Arrosez-le de vinaigre balsamique et laissez-le reposer 1 heure. Pelez les pommes, épépinez-les, coupez-les en dés et mettez-les dans une casserole.
Faites-les cuire dans le beurre 15 minutes. Faites griller le magret dans une poêle 7 minutes. Retournez-le et faites cuire encore 5 minutes. Servez à la cuillère la purée de pommes et des dés de magret.

MON ASTUCE DE CUISINIER !

Le magret se cuisine comme un steak et se sert saignant.
Il est impératif de le cuire côté peau dans la poêle et de retirer la graisse au fur et à mesure . Vous pouvez aussi ôter la peau et le faire cuire à nu.

2009© Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 13-08 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddéo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 15.qxd JD EN.qxd 10/02/09 19:46 Page 1

ENTRÉE **LÉGUMES**

Gaspacho andalou

DIFFICULTÉ
Très facile

COÛT
Bon marché

TEMPS
Express

Des verres très rafraîchissants
qui nous viennent tout droit d'Espagne.
Parfaits pour accompagner une soirée de tapas !

série 15.qxd JD EN.qxd 10/02/09 19:46 Page 2

>Gaspacho andalou

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES

- 5 tomates
- 1/2 poivron rouge
- 1 oignon nouveau
- 1 gousse d'ail
- 1 tranche de pain de campagne rassis
- 2 pincées de piment d'Espelette
- 10 cl d'huile d'olive
- 2 cuil. à soupe de vinaigre de Xérès
- 1 petit pot de tapenade
- 2 chèvres frais
- 3 tranches de pain de campagne frais

Préparation
10 min
Cuisson
3 min
Réfrigération
2 h

1 Portez une grande casserole d'eau à ébullition et plongez-y les tomates 30 secondes. **Ôtez-en la peau à l'aide d'un petit couteau ou avec les doigts.**

2 Épluchez et émincez l'oignon et l'ail. Mettez dans le bol d'un robot le pain rassis émietté, les tomates, l'oignon, l'ail, **l'huile d'olive**, le vinaigre, le piment d'Espelette. Salez et poivrez. Mixez le tout

3 Confectionnez des boulettes au chèvre. **Avec la paume de vos mains, façonnez des billes de la taille d'une noix.**

4 Mettez la tapenade dans une assiette et **roulez les billes dedans**.

5 Coupez les tranches de pain frais en cubes. Faites chauffer un peu d'huile et **faites dorer les cubes de pain.**

LA PRÉSENTATION

Rincez le poivron, épépinez-le et coupez-le en petits dés. Répartissez le gaspacho dans des verres transparents, **ajoutez les dés de poivron.** Mettez au frais 2 heures. Servez avec les billes de fromage. et les croûtons piqués sur des cure-dents.

JE SERS AVEC !

Proposez deux autres sortes de gaspacho, pour varier les plaisirs.
Gaspacho aux amandes
Ingrédients : 100 g d'amandes mondées, 1 tranche de pain de campagne rassis, 1 gousse d'ail, 10 cl d'huile d'olive, 2 cuil. à soupe de vinaigre de Xérès, sel, poivre.
Épluchez la gousse d'ail. Mettez tous les ingrédients dans le bol d'un robot mixeur, ajoutez 30 cl d'eau. Faites tourner 5 minutes à la puissance maximale. Rectifiez l'assaisonnement. Versez dans des verrines et réservez au frais 2 heures.

Gaspacho concombre-avocat
Ingrédients : 1 concombre, 1 avocat, 1 botte de coriandre, 1 tablette de bouillon cube de volaille, sel, poivre.
Épluchez le concombre et l'avocat. Rincez et effeuillez la coriandre.
Dans une tasse d'eau chaude, délayez le bouillon cube. Mettez tous les ingrédients dans le bol d'un robot et mixez 4 minutes. Salez et poivrez, laissez reposer 2 heures.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 15-01 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

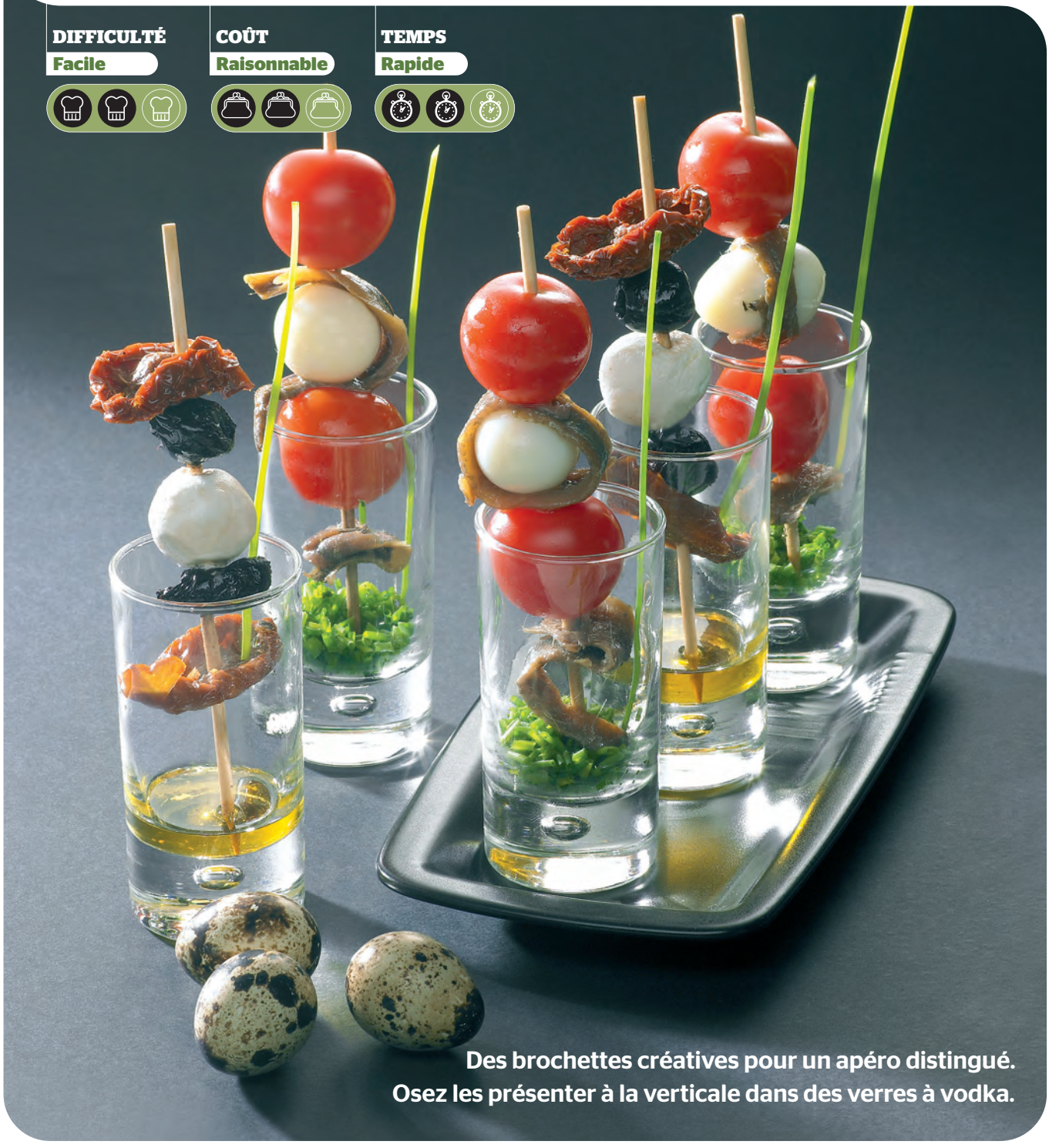
série 16 EN JD.qxd 10/02/09 23:13 Page 3

Brochettes de tomates variées

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide



Des brochettes créatives pour un apéro distingué. Osez les présenter à la verticale dans des verres à vodka.

>Brochettes de tomates variées

INGRÉDIENTS POUR 12 BROCHETTES

- 12 tomates confites
- 12 olives noires
- 6 billes de mozzarella
- 12 tomates-cerises
- 6 œufs de caille
- 12 anchois
- 12 petits piques à brochette
- 6 brins de ciboulette

Préparation
20 min

1 Portez une casserole d'eau à ébullition et **faites cuire les œufs de caille** 4 minutes. Passez-les sous l'eau froide et écalez-les.

2 Rincez les tomates-cerises. **Égouttez les tomates confites,** réservez l'huile de marinade.

3 Lavez et ciselez la ciboulette. **Tapissez le fond de 6 verres à vodka de ciboulette** ciselée. Versez dans 6 autres verres un fond d'huile marinée.

LA PRÉSENTATION

Montez les brochettes : piquez 1 cure-dent d'une tomate-cerise, puis enroulez un anchois autour d'un œuf de caille et **piquez l'œuf et l'anchois sur la petite brochette,** piquez de nouveau une tomate-cerise. Terminez par un anchois piqué en accordéon.

Répétez cette opération encore cinq fois, de façon à obtenir 6 brochettes de tomates-cerises. Puis piquez un quartier de tomate confite, une olive, une boule de mozzarella, une olive et **terminez par un quartier de tomate confite.**

Répartissez les petites brochettes dans les 12 verrines, tapissez de ciboulette ou de marinade.

JE SERS AVEC !

Des tartines de pain à la tomate, aux anchois, au fromage de brebis.
Ingrédients :
8 tranches de pain de campagne, 50 g de brousse (fromage frais de brebis, si vous n'en trouvez pas utilisez du fromage frais de type St-Morêt), 8 filets d'anchois, 2 tomates, 1 gousse d'ail, 4 cuil. à soupe d'huile d'olive, sel, poivre.
Pour le pain à la tomate
Ébouillantez les tomates 30 secondes dans une casserole d'eau portée à ébullition. Pelez-les. Concassez-les en petits dés. Épluchez et coupez la gousse d'ail en deux. Faites griller 4 tranches de pain et frottez-les d'ail. Répartissez les dés de tomates, versez un filet d'huile d'olive, salez.
Pour le pain à la brousse
Tartinez les 4 tranches de pain restantes de brousse. Poivrez. Répartissez sur chaque tartine 2 filets d'anchois.
Coupez toutes les tartines en deux avant de servir.

2009© Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 16-02 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 16 EN JD.qxd 10/02/09 23:13 Page 21

Millefeuilles d'ananas

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Pour un effet visuel garanti, voilà une façon peu ordinaire de présenter l'ananas. Ce dessert digne des grands chefs est très simple à réaliser. Une recette à conserver... secrètement.

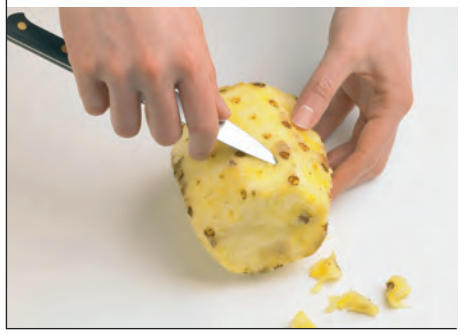
>Millefeuilles d'ananas

INGRÉDIENTS POUR 4 MILLEFEUILLES

- 1 bel ananas mûr ou 2 petits
- 10 feuilles de menthe + 4 pour la décoration
- 50 g de sucre
- 2 barquettes de framboises

Préparation
20 min
Cuisson
5 min
Infusion
15 min

1 Épluchez délicatement l'ananas avec un bon couteau de cuisine en le conservant entier. **Retirez tous les yeux noirs.**



2 Dans une casserole, **portez à ébullition 40 cl d'eau avec les feuilles de menthe** et le sucre. Hors du feu, couvrez et laissez infuser 15 minutes.

3 Coupez l'ananas en très fines tranches. Rincez rapidement les framboises et posez-les sur du papier absorbant. **Mettez-les dans un bol et écrasez-les grossièrement à la fourchette.** Passez les framboises écrasées au tamis.

LA PRÉSENTATION

Montez les millefeuilles avec 3 à 5 tranches d'ananas selon la grosseur de votre ananas. **Alternez des tranches d'ananas avec des framboises écrasées.**

Filtrez l'infusion de menthe. **Arrosez les millefeuilles de ce sirop.**

Décorez les millefeuilles avec les feuilles de menthe restantes. Servez avec des fourchettes et couteaux à dessert.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

A la cuillère : répartissez l'écrasé de framboises dans chaque cuillère. Coupez l'ananas en dés et disposez-en un par cuillère, nappez d'infusion de menthe et décorez avec les feuilles de menthe réservées à cet effet.
En verrine : coupez des tranches d'ananas du diamètre du verre (2 mm en moins, pour pouvoir les glisser dans les verres sans problème). Montez les verrines en alternant des rondelles d'ananas et des couches de purée de framboises. Terminez par une boule de sorbet.

MA VARIANTE !

Un millefeuille d'ananas à la mousse de ricotta et fruits confits
Ingrédients : 1 ananas, 40 g de sucre glace, 300 g de ricotta, 10 cl de crème fraîche liquide, 50 g de sucre, 50 g de fruits confits, 50 g de beurre
Pelez l'ananas et coupez-le en fines tranches. Saupoudrez les tranches de sucre glace.
Dans un bol, fouettez la ricotta avec la crème fraîche, ajoutez le sucre. Hachez les fruits confits et ajoutez-les.
Dans une poêle, faites fondre le beurre et faites-y caraméliser les tranches d'ananas.
Montez les millefeuilles en alternant tranches d'ananas et de ricotta aux fruits confits. Servez aussitôt.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 16-11 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 16 EN JD.qxd 10/02/09 23:13 Page 23

Soupe de kiwis au chocolat

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Bon marché

TEMPS Express

Une soupe pour faire le plein de vitamines. Elle sera des plus agréables en fin de repas. Agrémentée d'une chantilly au chocolat, elle sera à la fois rafraîchissante et très gourmande.

>Soupe de kiwis au chocolat

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES

- 6 kiwis
- 1 citron vert
- 50 g de sucre

Pour la chantilly au chocolat

- 60 g de chocolat noir
- 1/2 sachet de fixe-chantilly
- 10 cl de crème liquide très froide
- 1 poignée d'amandes effilées

Préparation
15 min
Cuisson
5 min

1 Épluchez les kiwis. Coupez-les en gros cubes et mixez-les dans le bol d'un robot. Ajoutez le sucre. Pressez le citron et ajoutez le jus. **Mixez de nouveau.**

2 Préparez la chantilly au chocolat : **coupez le chocolat en morceaux** et faites-le fondre au micro-ondes avec 2 cuillerées à café d'eau.

3 Au batteur électrique, montez la crème en chantilly. Au fur et à mesure ajoutez le 1/2 sachet de fixe-chantilly **et le chocolat fondu.** Réservez la chantilly au frais.

LA PRÉSENTATION

Répartissez la soupe de kiwis dans les verres. Improvisez une douille. Utilisez un sac en plastique spécial congélation. Mettez la chantilly dedans, **dirigez-la vers un angle du sac.**

Refermez le sac en le tournant. Coupez aux ciseaux l'angle du sac et **dessinez un dôme de chantilly au chocolat** sur chaque soupe de kiwis.

Faites griller quelques instants les amandes effilées dans une poêle antiadhésive. **Saupoudrez chaque verrine d'amandes.**

JE REMPLACE !

Le chocolat noir par du chocolat blanc
La chantilly au chocolat par une boule de sorbet au chocolat, aux fruits de la passion, aux framboises ou à la mangue.

MA VARIANTE !

Soupe de kiwis... au gin
Ingrédients : 6 kiwis, 1 citron vert, 80 g de sucre glace, 4 cuil. à soupe de gin, 4 boules de sorbet au citron
Pelez et coupez grossièrement les kiwis. Mettez-les dans le bol d'un robot et mixez-les. Pressez le citron et ajoutez le jus. Ajoutez le sucre glace et le gin. Mixez de nouveau. Versez la soupe dans 4 coupes. Mettez au milieu la boule de sorbet. Servez aussitôt.

JE GAGNE DU TEMPS !

Si vous n'avez pas le temps, ne préparez pas la chantilly au chocolat. Sur la soupe de kiwis, faites des dômes de chantilly très rapidement avec une bombe. Le résultat sera tout aussi spectaculaire, et ce dessert ne vous prendra pas plus de 10 minutes en cuisine !

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 16-12 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 17.qxd JD.qxd 4/03/09 19:56 Page 7

Brochettes aux trois poissons

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Ces petites brochettes de poisson marinées à la coriandre et au thym offrent un délicieux bouquet de saveurs. Préparées au four ou au barbecue, elles animeront un buffet raffiné et léger.

serie 17.qxd JD.qxd 4/03/09 19:56 Page 8

>Brochettes aux trois poissons

INGRÉDIENTS POUR 8 PETITES BROCHETTES

- 12 crevettes roses
- 200 g de dos de saumon
- 200 g de dos de cabillaud
- 2 gousses d'ail
- 1 citron
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de coriandre en poudre
- 1 cuil. à café de thym
- sel, poivre
- 1 courgette
- 1 poivron rouge

Préparation
15 min
Cuisson
10 min
Réfrigération
30 min

1 Ôtez les têtes des crevettes et décortiquez-les, vous pouvez laisser la queue. **Coupez les dos de poissons en cubes de 2 à 3 cm de côté.**

2 Mettez les crevettes et les morceaux de poissons dans un plat creux. Pelez les gousses d'ail, ôtez-en le germe et écrasez-les au presse-ail. Pressez le citron et **versez le jus sur le poisson.**

3 Ajoutez dans le plat l'huile, l'ail, la coriandre, **le thym effeuillé,** salez et poivrez légèrement. Mélangez le tout. Couvrez d'un film alimentaire et placez au frais une 1/2 heure.

4 Pendant ce temps, lavez la courgette et coupez-la en gros cubes. Lavez le poivron, ouvrez-le et retirez-en les graines. **Taillez-le en larges bandes, puis en carrés.**

LA PRÉSENTATION

Coupez des brochettes en bois en deux pour faire des petites brochettes. **Enfilez dessus une crevette et un morceau de chacun des poissons, en alternant avec un morceau de légume.**

Déposez les brochettes sur un plat. Faites-les griller 8 à 10 minutes environ en les retournant deux fois et **en les arrosant de marinade.** Salez, poivrez, et servez sur un plat de service.

J'ACHÈTE !

Vous pouvez utiliser des crevettes décortiquées et des morceaux de poissons surgelés. Dans ce cas, faites-les décongeler avant de préparer les brochettes.
Vous pouvez choisir d'autres poissons, comme de la lotte ou du dos de colin, ou encore des noix de saint-jacques.

MON ASTUCE DE CUISINIER !

Trempez les brochettes en bois dans de l'eau tiède afin qu'elles ne brûlent pas à la cuisson.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

Vous pouvez tailler des minibrochettes de 5 cm de long. Pour les décorer, collez une perle en bois à une extrémité et taillez l'autre extrémité avec un couteau pour la rendre plus pointue. Au moment de dresser les minibrochettes : enfilez sur chacune une crevette, un morceau de légume et un cube de poisson. Faites-les cuire sur la plaque du four huilée. Vous pourrez ensuite les servir dressées dans des miniramequins ou sur une assiette de présentation. Autre idée de décor, vous pouvez proposer les petites brochettes piquées sur des pommes coupées en deux, posées à plat, ou sur une pastèque épluchée et taillée en gros cubes.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 1704 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 17.qxd JD.qxd 4/03/09 19:57 Page 21

Salade de fruits d'été et sablés fruités

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Assez long

Quoi de plus agréable, en été, qu'un dessert léger comme une salade de fruits de saison ! Accompagnée de sablés à l'orange maison, cette jolie macédoine colorée prendra une allure de vrai dessert cuisiné, et sans vous demander trop de temps !

serie 17.qxd JD.qxd 4/03/09 19:57 Page 22

>Salade de fruits d'été et sablés fruités

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES ET 8 SABLÉS

Pour la salade de fruits
• 1 pêche jaune • 1 pêche blanche • 150 g de fraises • 4 abricots • quelques groseilles • 1 orange • 1/2 citron • 1/2 sachet de sucre vanillé • 1 branche de menthe

Pour les sablés à l'orange
• zestes d'orange • 150 g de farine • 80 g de beurre • 1/2 sachet de levure chimique • 1 sachet de sucre vanillé • 50 g de sucre • 1 œuf

Préparation
30 min
Cuisson
12 min
Repos
30 min

1 Pelez les pêches (si besoin, faites bouillir une casserole d'eau et trempez-y les pêches une minute pour décoller la peau). Lavez les abricots et essuyez-les. Rincez les fraises dans une passoire, égouttez-les, **puis équeutez-les.**

2 Coupez les pêches et les abricots en cubes, et les fraises en deux ou en quatre selon leur taille. Pressez le jus de l'orange et du citron. **Mettez les fruits, le jus et le sucre vanillé dans un saladier** et mélangez le tout délicatement. Réservez au frais.

3 Pour la pâte à sablés : faites fondre le beurre au micro-ondes. Râpez le zeste de l'orange. Dans un saladier, versez la farine, la levure, le sucre et sucre vanillé, et mélangez avec le beurre. **Puis ajoutez l'œuf** et les zestes. Mélangez rapidement.

4 Laissez reposer la pâte en boule 30 min. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Étalez la pâte au rouleau à pâtisserie sur un plan de travail fariné. **Découpez la pâte avec des emporte-pièces.**

5 Placez une feuille de papier sulfurisé sur la plaque du four. Déposez les sablés dessus. Faites-les cuire environ 12 minutes. **Puis, faites-les refroidir sur une grille.**

LA PRÉSENTATION

Répartissez les fruits avec le jus dans quatre verrines. **Déposez une grappe de groseille dessus,** avec une feuille de menthe. Servez les sablés avec la salade de fruits

J'ACHÈTE !

Achetez de beaux fruits sains et mûrs à point, consommez-les dans les deux jours suivant l'achat. Choisissez-les au nez, ils doivent être bien parfumés.

JE M'ORGANISE !

Vous pouvez parfumer les sablés avec le zeste d'une orange ou d'un citron, ou les deux. Commencez par laver et essuyer l'agrume, puis râpez-en le zeste. Vous pouvez préparer les sablés 2 ou 3 jours à l'avance et les conserver dans une boîte hermétique.

MA VARIANTE !

Vous pouvez ajouter à la salade de fruits 1/2 cuillerée à café de cannelle en poudre et une pincée de gingembre.
Vous pouvez préparer des spéculoos à la place des sablés. Ingrédients : 125 g de farine, 75 g de cassonade, 60 g de beurre, 1 cuil. à café de cannelle, 1 pincée de quatre-épices, 1 cuil. à café de levure chimique, 1 pincée de sel. Mettez tous les ingrédients dans le bol du robot avec le beurre ramolli. Faites une boule de pâte et laissez reposer 1 h à température ambiante. Puis, étalez la pâte, découpez-la avec des emporte-pièces. Faites cuire au four à 180 °C (th. 6) 12 à 15 minutes.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 17-11 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 17.qxd JD.qxd 4/03/09 19:57 Page 23

Panacotta à la gelée de framboise

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Bon marché

TEMPS Rapide

Ces jolies verrines rouge et blanc vous laisseront un souvenir gourmand inoubliable. Et, il n'y a rien de compliqué dans ce dessert éprouvé.

serie 17.qxd JD.qxd 4/03/09 19:57 Page 24

>Panacotta à la gelée de framboise

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES

Pour la panacotta
- 15 cl de lait
- 25 cl de crème liquide
- 60 g de sucre
- 1 bâton de vanille
- 2 feuilles de gélatine

Pour la gelée de framboise
- 200 g de framboises
- 2 cuil. à soupe de sucre
- 1/2 feuille de gélatine

Préparation
20 min
Cuisson
5 min
Réfrigération
3 h

1 Mettez les feuilles de gélatine dans l'eau froide pour les ramollir. Fendez la gousse de vanille en deux dans la longueur. **Faites chauffer le lait avec le sucre et la gousse de vanille.**

2 Au frémissement, ajoutez la crème dans la casserole. Puis retirez du feu. Essorez la gélatine dans vos mains et **ajoutez-la dans la casserole,** mélangez.

3 Retirez la gousse de vanille, grattez la pulpe avec la lame d'un couteau et rajoutez-la dans la préparation. **Versez la panacotta dans les petits verres.** Laissez refroidir et placez les verrines au frais.

4 Mettez 100 g de framboises dans une assiette creuse, et **écrasez-les à la fourchette.** Prélevez une cuillerée à soupe de framboises écrasées et faites-la chauffer 30 secondes dans un bol, au four à micro-ondes.

5 Ajoutez la 1/2 feuille de gélatine à la pulpe chauffée et remuez vivement. **Ajoutez-la aux framboises écrasée ainsi que le sucre,** et remuez.

LA PRÉSENTATION

Ressortez les verrines de panacotta, et répartissez dessus la pulpe de framboises. **Puis, décorez les verrines avec les framboises entières restantes.** Replacez au réfrigérateur pendant au moins 3 heures jusqu'au moment de servir.

MA VARIANTE !

Vous pouvez préparer cette même recette avec des fraises parfumées d'une pincée de gingembre. Dans ce cas, réduisez les fraises et le sucre en coulis au mixeur, et ajoutez une feuille de gélatine entière. Vous pouvez aussi remplacer les fraises par 1 mangue ou 4 abricots. La panacotta peut être servie avec un simple coulis de fruits surgelé ou de la confiture.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

Vous pouvez confectionner cette recette dans des petits moules en silicone en relief. Lorsque la panacotta est bien prise, ainsi que la gelée, retournez les moules et servez ce dessert sur des petites assiettes entouré de framboises fraîches. Proposez les panacottas sur un petit plateau ou une assiette de présentation avec des petits fours : langues de chat, petites madeleines, tuiles aux amandes.
Une autre idée gourmande de présentation : prenez des sablés bretons, recouvrez-les d'un nuage de chantilly en bombe, puis déposez dessus trois framboises fraîches.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 1712 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 20.qxd EN-JD.qxd 26/03/09 18:27 Page 13

Brochettes de poulet au sésame

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Ces brochettes moelleuses et croustillantes sont un vrai délice. Le poulet est attendri par la sauce au yaourt et agrémenté de sésame grillé. Vous n'en finissez pas de surprendre vos convives !

série 20.qxd EN-JD.qxd 26/03/09 18:27 Page 14

>Brochettes de poulet au sésame

INGRÉDIENTS POUR 8 MINIBROCHETTES

- 400 g de blanc de poulet
- 1 yaourt brassé
- 1 1/2 cuil. à café de curry
- 1 pincée de paprika
- 1 pincée de coriandre en poudre
- 1 citron
- 1 cuil. à soupe de sésame
- sel, poivre
- 1 poivron rouge
- 8 petits champignons de Paris

Préparation
10 min
Marinade
1 h
Cuisson
20 min

1 Préparez la marinade dans un plat : versez le yaourt, le curry, le paprika et la coriandre, **salez et poivrez.** Mélangez le tout.

2 Coupez les blancs de poulet en gros cubes de 2 à 3 cm de côté. **Mélangez le poulet à la marinade.** Laissez reposer 1 heure au frais.

3 Lavez le poivron. Ouvrez-le et retirez-en les graines et l'intérieur. **Coupez-le en carrés de 2 cm de côté.** Grattez et rincez les champignons.

LA PRÉSENTATION

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). **Montez les brochettes en alternant un morceau de poulet, un morceau de poivron et un champignon.**

Disposez les brochettes dans un plat, saupoudrez-les de sésame en les retournant de manière à les enrober. Enfournez les brochettes et faites-les cuire 15 minutes en les retournant une fois à mi-cuisson.

Puis mettez le four en position grill et poursuivez la cuisson 5 minutes. Retournez les brochettes et veillez à ce qu'elles ne brûlent pas. **Arrosez les brochettes d'un filet de citron à la sortie du four** et servez immédiatement.

J'ACHÈTE !

Achetez des petites brochettes en bambou, elles sont plus décoratives. Il est plus prudent de faire tremper les brochettes en bois ou en bambou dans l'eau avant utilisation pour éviter qu'elles ne brûlent à la cuisson (surtout sur le barbecue).

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer les légumes habituellement utilisés pour les brochettes par des fruits : tomates-cerises, morceaux d'ananas frais ou au sirop, ou encore morceaux de mangue ou de pêche, qui s'accorderont bien avec le poulet et la sauce au curry. Vous pouvez utiliser du sésame noir, plus fort en goût. Vous en trouverez dans des supermarchés asiatiques. Vous pouvez aussi remplacer le sésame par des graines de pavot.

JE SERS AVEC !

Préparez des brochettes de légumes et faites-les cuire en même temps que les brochettes de poulet. Utilisez des légumes qui cuisent rapidement ou peuvent se consommer crus (ceux qui sont cités dans la recette ou ci-dessus). Vous pouvez également employer des légumes surgelés,à blanchir avant utilisation, comme les brocolis ou les courgettes.

2009© Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 20-07 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 23.qxd EN JD.qxd 25/04/09 11:24 Page 1

ENTRÉE **LÉGUMES**

Crème de concombre et saumon fumé

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Ces verrines raffinées associent fraîcheur et parfums subtils. Le concombre à la crème relevé à l'estragon et le saumon fumé composent un mariage très agréable.

serie 23.qxd EN JD.qxd 25/04/09 11:24 Page 2

>Crème de concombre et saumon fumé

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES

- 1/2 concombre
- 100 g de saumon fumé
- 1 cuil. à soupe de crème fraîche épaisse
- 1 yaourt brassé
- 2 brins d'estragon
- 1 cuil. à café de vinaigre de Xérès
- 1 cuil. à soupe d'huile
- gros sel, poivre

Préparation
20 min

1 Pelez le concombre. Ouvrez-le dans sa longueur et **retirez-en les graines à l'aide d'un couteau économe.** Puis coupez-le en petits cubes.

2 Mettez les morceaux de concombre dans un saladier et saupoudrez-les de gros sel pour les faire dégorger pendant 15 minutes. Puis rincez-les dans une passoire et **égouttez-les sur du papier absorbant.**

3 Lavez l'estragon et séchez-le dans un papier absorbant. **Effeuillez-le,** conservez des feuilles pour décorer et hachez le reste.

4 **Dans un bol, battez le yaourt, la crème fraîche, le vinaigre et l'huile, le poivre et l'estragon haché.** Ajoutez les concombres. Mélangez le tout.

LA PRÉSENTATION

Répartissez cette préparation au concombre dans des verrines et placez-les au réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Coupez le saumon en fines lamelles ou en petits cubes.

Avant de servir, **ajoutez les morceaux de saumon dans les verrines avec les feuilles d'estragon entières** déposées en croix dessus pour décorer.

J'ACHÈTE !

Achetez de préférence du saumon fumé en petits cubes, prêt à l'emploi, qui sera plus moelleux à déguster, plutôt que de fines tranches de saumon fumé. Pour une recette moins chère, choisissez de la truite fumée ou des harengs fumés.

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer l'estragon par de l'aneth ou de la ciboulette. Si cette préparation au concombre vous fait penser au tzatziki (que vous pourrez utiliser si vous êtes pressée), vous pouvez remplacer le concombre par une dizaine de radis coupés en rondelles additionnés d'1/2 branche de céleri finement émincée.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

Vous pouvez inverser la présentation : dans le fond des verrines, déposez les dés de concombre assaisonnés avec une cuillerée d'huile et une de vinaigre. Puis, mélangez les morceaux de saumon avec la crème, le yaourt et l'estragon. Décorez avec un petit cube de saumon ou de concombre et une feuille d'estragon. Et n'hésitez pas à ajouter quelques œufs de saumon pour finir sur le dessus.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 23-01 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

serie 24.qxd EN JD.qxd 25/04/09 11:07 Page 1

Jambon de pays, ricotta, figues, melon

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

L'été, pensez à des apéros tapas, qui s'apparentent à de vrais débuts de repas. Ici, le jambon de pays se fait multiple et se marie de mille et une façons.

serie 24.qxd EN JD.qxd 25/04/09 11:07 Page 2

>Jambon de pays, ricotta, figues, melon

INGRÉDIENTS POUR 12 ROULEAUX

- 6 tranches de jambon de pays
- 100 g de ricotta
- 10 feuilles de basilic
- huile d'olive
- poivre
- 2 figues violettes
- 1/2 melon

Préparation
20 min

1 Retirez l'excédent de gras des tranches de jambon de pays et **coupez-les en lanières dans le sens de la longueur.** Réservez-les.

2 Lavez et ciselez grossièrement les feuilles de basilic. **Dans un bol, mélangez la ricotta égouttée avec le basilic,** donnez un tour de moulin à poivre et versez un filet d'huile.

3 **Disposez un boudin de ricotta à l'une des extrémités de 4 morceaux de jambon.** Enroulez chaque tranche et piquez avec un cure-dent. Réservez.

4 Lavez les figues, retirez-en le pédoncule et coupez-les en deux. Entourez chaque moitié de figue d'1/2 tranche de jambon. **Faites tenir avec un cure-dent.** Réservez.

5 Épluchez et coupez le melon en 4 tranches, **entourez chacune d'une 1/2 tranche de jambon,** piquez le tout avec un cure-dent.

LA PRÉSENTATION

Servez ces bouchées dans différentes assiettes de présentation.

JE REMPLACE !

Proposez un apéro aux saveurs toutes méditerranéennes en alternant des tranches de jambon fumé italien (speck) ou de jambon cru espagnol (serrano), de filet de porc séché espagnol (lomo) ou corse (lozo), ou encore de tranches de viande des Grisons ou de bacon. Vous pouvez remplacer la ricotta par une boule de mozzarella coupée en bâtonnets.

JE SERS AVEC !

Toujours sur le thème de l'apéro tapas, proposez une tortilla, omelette aux pommes de terre, présentée en dés. Délicieux et économique !
Ingrédients : 5 œufs, 4 pommes de terre, huile d'olive, sel, poivre.
Épluchez et coupez les pommes de terre en fines rondelles. Dans une sauteuse assez petite (la tortilla doit être épaisse), faites chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile. Faites-y sauter les pommes de terre et laissez-les cuire 15 minutes à feu doux. Salez et poivrez. Dans une jatte, battez les œufs en omelette. Ajoutez les pommes de terre et faites cuire à feu vif 5 minutes. Posez une assiette dessus et retournez l'omelette. Coupez-la en dés. Piquez de cure-dents.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2.090 • 24-01 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

série 28.qxd JD.qxd 26/05/09 17:17 Page 21

Granité aux fraises et ses tuiles

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Bon marché

TEMPS Rapide

Un dessert très simple à préparer et rafraîchissant, idéal pour clore un repas très copieux. Présentez-le dans des verres à pied avec des tuiles maison.

>Granité aux fraises et ses tuiles

INGRÉDIENTS POUR 4 VERRINES OU 8 PETITES ET 12 TUILES

- 400 g de fraises
- 1 citron
- 15 cl de sirop de sucre de canne
- quelques feuilles de menthe ciselées

Pour les tuiles
- 2 blancs d'œufs
- 60 g de sucre glace
- 40 g de farine
- 40 g + 10 g de beurre
- 30 g de poudre d'amandes

Préparation
20 min
Cuisson
5 min (pour les tuiles)
Congélation
4 h

1 Lavez, équeutez les fraises et coupez-les en morceaux. Mixez-les au robot. Ajoutez le jus de citron **et le sucre de canne.** Remuez de nouveau.

2 Versez la préparation dans une boîte en plastique, mettez au congélateur 4 heures. Toutes les 1/2 heures, **mélangez avec une fourchette pour que se forment des cristaux de glace.**

3 Préparez les tuiles : préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Battez les blancs en neige au batteur électrique avec le sucre glace. Ajoutez la farine tamisée et **battez de nouveau.**

4 Faites fondre le beurre au micro-ondes et ajoutez-le. Mélangez. Recouvrez la plaque du four de papier sulfurisé. **Badigeonnez-le de beurre fondu.**

5 Confectionnez des petits tas de pâte, espacés de 3 cm. **Lissez les cercles avec la lame d'un couteau.** Saupoudrez de poudre d'amandes et enfournez 5 minutes.

LA PRÉSENTATION

Mettez les tuiles encore chaudes sur un rouleau à pâtisserie pour leur donner leur forme caractéristique. **Répartissez le granité dans les verres,** décorez de menthe ciselée et servez avec les tuiles aux amandes.

MA VARIANTE !

Proposez un granité pina colada
Ingrédients : 10 cl de rhum blanc, 5 cl de rhum brun, 30 cl de jus d'ananas, 15 cl de lait de coco, quelques brins de menthe.
Dans une jatte, mélangez les deux rhums, le jus d'ananas, le lait de coco. Mettez le tout dans une boîte, refermez-la et placez-la au congélateur 4 heures.
Mélangez régulièrement.
Au moment de servir, remplissez les verres de granité et décorez de feuilles de menthe ciselées.

MON TRUC DE CUISINIER !

Pour un dessert encore plus glacé, pensez à mettre vos verres au réfrigérateur 30 minutes avant de les remplir.
Si vous n'avez pas de rouleau à pâtisserie pour donner une forme arrondie aux tuiles, utilisez une bouteille en plastique recouverte de papier d'aluminium.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 28-11 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

V29OK_Mise en page 1 18/11/09 15:24 Page19

Cakes artichauts et tomates mozzarella

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Bon marché

TEMPS Rapide

Ces petits cakes aux saveurs douces et ensoleillées accompagnés d'une salade de tomates et de mozzarella en verrines annoncent un repas estival. Une préparation simple à l'occasion d'un pique-nique ou d'un buffet.

>Cakes artichauts et tomates mozzarella

INGRÉDIENTS POUR 12 CAKES ET 4 VERRINES

- 250 g de fonds d'artichaut
- 1 citron
- 50 g d'olives vertes farcies aux poivrons
- 3 œufs
- 150 g de farine
- 1 sachet de levure
- 12 cl de lait
- 10 cl d'huile
- 60 g de parmesan râpé
- sel, poivre

Pour les verrines :
- 2 petits oignons frais
- 20 tomates cerises
- 1 boule de mozzarella
- 4 brins de coriandre
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique

Préparation
15 min
Cuisson
40 min

1 Pressez le citron pour en extraire le jus. **Faites cuire les fonds d'artichaut 10 minutes dans de l'eau bouillante citronnée.** Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).

2 Cassez les œufs dans un saladier. Incorporez la farine, la levure, le sel et le poivre. Mélangez et ajoutez le parmesan râpé, **l'huile, le lait en continuant à remuer jusqu'à obtenir une pâte homogène.**

3 Égouttez les fonds d'artichaut, posez-les sur du papier absorbant et détaillez-les en petits cubes. Égouttez les olives et **ajoutez-les à la pâte.**

4 **Répartissez la pâte dans des moules à muffins ou à mini-cakes,** enfournez et laissez cuire 40 minutes.

5 Lavez les tomates et coupez-les en deux. Détaillez la mozzarella en dés. Émincez les oignons. **Dans un bol, préparez la vinaigrette avec du sel, du poivre, de l'huile et le vinaigre balsamique, les oignons et la coriandre.**

LA PRÉSENTATION

Mettez les tomates et la mozzarella dans des verrines et arrosez-les de sauce. Démoulez les cakes 5 minutes après leur sortie du four et présentez-les dans des petites assiettes avec les verrines de salade.

J'ACHÈTE !

Utilisez des fonds d'artichaut surgelés : ils sont meilleurs que ceux en conserve. Vous pouvez utiliser des olives noires ou des olives farcies aux anchois.

JE REMPLACE !

Si vous deviez ajouter un élément pour enrichir ces cakes, choisissez du fromage de chèvre frais, coupé en petits cubes, ou du jambon de pays, en petits carrés.
Vous pouvez préparer des salades avec de la roquette, des tomates cerises et des anchois à l'huile coupés en morceaux.
En hiver, faites une salade d'endives émincées avec des morceaux de crottin de chèvre et des noisettes.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

Pour un apéritif, préparez un gros cake et coupez-le en cubes. Achetez des boules de mozzarella prêtes à l'emploi, un carré de fromage de brebis, des tomates cerises et 4 tranches de jambon de Parme. Sur quelques bâtonnets, enfilez une petite boule de mozzarella et une tomate cerise. Sur d'autres, un cube de fromage de brebis et une lanière de jambon de Parme roulée. Plantez ces mini-brochettes sur les cubes de cake et présentez-les sur un plateau.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en UE. A2. 090 • 29-10 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddéo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

V32 24/07/09 13:31 Page 13

Lasagnes chèvre et courgettes

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Bon marché

TEMPS Assez long

Vous apprécierez ces lasagnes succulentes et relativement légères, avec de la tomate, des courgettes et des crottins de chèvre.

> Lasagnes chèvre et courgettes

INGRÉDIENTS POUR 4 MINI-PLATS À GRATIN OU CASSOLETTES

- 8 feuilles de lasagnes
- 2 courgettes
- 2 petits oignons nouveaux
- 2 crottins de chèvre
- 1 boîte de tomates pelées et concassées
- 1 cuil. à soupe de basilic ciselé
- 50 g de parmesan râpé
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive

Préparation
25 min
Cuisson
30 min

1 **Lavez les courgettes et coupez-les en assez fines rondelles.** Retirez la tige et la racine des oignons et émincez-les.

2 Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et **faites revenir les oignons et les courgettes en remuant pendant 5 minutes.**

3 Mouillez d'un demi-verre d'eau, couvrez et laissez cuire 15 minutes : les courgettes doivent être al dente. Faites chauffer une grande casserole d'eau salée. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). **Détaillez les crottins en petits dés.**

4 **Plongez les feuilles de lasagnes dans l'eau bouillante salée pendant 5 minutes, le temps de les ramollir.** Rafraîchissez-les, égouttez-les et étalez-les sur un torchon pour leur éviter de coller.

LA PRÉSENTATION

Mettez une couche de tomates et de basilic au fond des mini-plats à gratin, **puis une feuille de lasagnes coupée à la taille du plat, des courgettes égouttées, une couche de chèvre puis de tomates et enfin une feuille de lasagnes.**

Pour la dernière couche, mettez des tomates, du basilic, du chèvre et terminez par des courgettes. **Saupoudrez de parmesan.** Enfournez et laissez cuire de 15 à 20 minutes. Servez chaud.

MON CONSEIL !

Si vous voulez gagner du temps, utilisez des petits plats rectangulaires de la taille d'une feuille de lasagne. Si vous utilisez des conserves en verre ou des cocottes en porcelaine, il faudra plier les feuilles de lasagnes en deux ou les couper en deux une fois cuites.

JE REMPLACE !

Vous pouvez remplacer le basilic par quelques feuilles de menthe ciselée et des brins de thym effeuillés.

MA VARIANTE !

Si vous aimez les lasagnes moelleuses, préparez une béchamel avec 20 g de beurre, 20 g de farine et 20 cl de lait. Faites fondre le beurre dans une casserole. Saupoudrez la farine et remuez avec une cuillère en bois jusqu'à coloration, puis versez le lait, fouettez et portez à ébullition. Baissez le feu et laissez épaissir sans cesser de remuer pendant 10 minutes. Versez la béchamel sur les courgettes entre chaque couche de lasagnes. Vous pouvez ajouter une aubergine à la recette. Lavez l'aubergine, coupez-la en petits cubes et faites-la cuire en même temps que les courgettes.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 32.07 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

V33 24/07/09 13:21 Page 15

PLAT

POISSONS & FRUITS DE MER

Crevettes à l'aneth

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Rapide

Des crevettes cuites avec du vin blanc, de la crème fraîche et de l'aneth. De quoi régaler toute la tablée.

>Crevettes à l'aneth

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 CASSOLETTES

- 400 g de crevettes roses crues
- 20 cl de vin blanc
- 20 cl de crème fraîche liquide
- 1 carotte
- 1 échalote
- 1 cuil. à soupe de farine
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 2 cuil. à soupe d'aneth
- sel, poivre

Préparation
20 min
Cuisson
20 min

JE REMPLACE !

Les crevettes par des gambas, des noix de pétoncle, des moules ou un mélange de fruits de mer surgelé.
Vous pouvez faire gratiner ces cassolettes 3 minutes sous le gril du four en les saupoudrant de chapelure.

MA VARIANTE !

Crevettes aux œufs pochés
Ingrédients :
600 g de crevettes roses décortiquées, 2 échalotes, 1 tomate, 1 gousse d'ail, 5 cl de vin blanc, 1 pincée de curry en poudre, 1 pincée de gingembre en poudre, 4 œufs, huile.
Portez une casserole d'eau à ébullition, plongez-y la tomate 20 secondes, pelez-la et coupez-la en dés.
Épluchez les échalotes et la gousse d'ail et hachez-les.
Faites chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile dans une sauteuse et faites revenir les échalotes et l'ail.
Ajoutez la tomate, le curry, le gingembre, du sel et du poivre. Arrosez de vin blanc et faites réduire 10 minutes avant d'incorporer les crevettes.
Portez une casserole d'eau vinaigrée à ébullition, cassez chaque œuf dans une louche et déposez-les délicatement dans l'eau 2 min 30.
Disposez chaque œuf dans un plat individuel et recouvrez-le de crevettes à la sauce.

1 **Décortiquez les crevettes,** nettoyez les carcasses et les têtes et réservez-les.

2 Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et **faites revenir les carcasses et les têtes. Arrosez-les de vin blanc** et laissez-les mijoter 5 minutes à feu doux.

3 Pendant ce temps, épluchez la carotte et **coupez-la en petits bâtonnets.** Pelez l'échalote et hachez-la. Faites fondre le beurre dans une casserole.

4 Faites suer les échalotes et les bâtonnets de carotte et saupoudrez-les de farine. **Récupérez le jus des carcasses et filtrez-le dans une passoire fine, au-dessus d'un récipient.**

5 Versez le jus sur les bâtonnets de carotte, ajoutez la crème et l'aneth et **laissez épaissir 5 minutes.** Faites sauter les crevettes à la poêle.

LA PRÉSENTATION

Répartissez les crevettes dans des cassolettes, **nappez-les de sauce** à la carotte et servez aussitôt.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 33.08 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective.
• Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddeo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

PLAT **VIANDES**

Friands à la viande

DIFFICULTÉ Facile

COÛT Raisonnable

TEMPS Assez long

Délicieux et complets servis avec une salade verte un soir en famille ou entre amis. Veau, porc ou bœuf, isolément ou en mélange, seront parfaits en guise de farce.

>Friands à la viande

INGRÉDIENTS POUR 4 FRIANDS

- 250 g de pâte feuilletée
- 1 échalote
- 250 g d'échine de porc désossée
- 250 g d'épaule de veau
- 2 tranches de jambon blanc
- 1 pincée de thym
- 3 cuil. à soupe de cognac
- 3 cuil. à soupe de persil haché
- 1 feuille de laurier
- 1 œuf
- sel, poivre

Préparation
20 min
Cuisson
40 min

1 Épluchez l'échalote et émincez-la. Retirez le gras du jambon, coupez l'épaule de veau et l'échine de porc en morceaux **et hachez les viandes au robot.**

2 Mettez-les dans une jatte avec l'échalote, le persil, le thym, la feuille de laurier émiettée et **le cognac**. Salez, poivrez et mélangez.

3 Préchauffez le four à 240 °C (th. 8). **À l'aide d'un bol, découpez 4 disques dans la pâte feuilletée.**

4 **Répartissez la farce sur une partie des disques de pâte.** Fermez les friands en pinçant les bords avec les doigts et badigeonnez-les d'œuf.

LA PRÉSENTATION

Fendez légèrement le dessus des friands pour laisser échapper la vapeur. Recouvrez la plaque du four de papier sulfurisé.

Mettez les friands sur la plaque et enfournez-les 20 minutes. Baissez le feu à 180 °C (th. 6) et poursuivez la cuisson 10 minutes.

MA VARIANTE !

Friands express pour un dîner en famille, surtout pour les enfants
Ingrédients : 1 rouleau de pâte feuilletée, 2 tranches de jambon blanc, 150 g de bœuf haché, 1 noix de beurre, 3 cuil. à soupe de crème fraîche, 80 g de gruyère râpé, 1 œuf, sel, poivre.
Préchauffez le four à 180° C (th. 6). Sur le plan de travail, étalez la pâte feuilletée. Confectionnez des disques de pâte avec un emporte-pièce ou une tasse. Hachez les tranches de jambon. Faites revenir le bœuf quelques minutes dans la noix de beurre. Mettez dans un saladier le jambon et le bœuf haché. Ajoutez la crème fraîche et le gruyère. Salez et poivrez. Répartissez la farce sur chaque moitié de disque de pâte. Refermez les friands avec l'autre moitié de pâte. Battez le jaune d'œuf et étalez-le sur la pâte. Enfournez 20 minutes. Servez avec une salade verte ou une salade d'endives.

2009 © Éditions Atlas. Imprimé en U.E. A2. 090 • 39.07 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddéo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat

V39OK_Mise en page 1 20/09/09 23:42 Page19

Mini-charlottes à l'ananas

DIFFICULTÉ Très facile

COÛT Bon marché

TEMPS Rapide

Des petites charlottes qui feront grand effet ! Confectionnez-les plusieurs heures à l'avance et laissez-les prendre au réfrigérateur.

>Mini-charlottes à l'ananas

INGRÉDIENTS POUR 4 MINI-CHARLOTTES

- 1 paquet de boudoirs
- 50 cl de crème fraîche fleurette entière
- 1 sachet de sucre vanillé
- 5 cuil. à soupe de sucre
- 1 boîte d'ananas au sirop
- 60 g de chocolat noir pour le décor

Préparation
20 min
Réfrigération
2 h

1 Une demi-heure avant la confection de la chantilly, mettez le saladier au congélateur et assurez-vous que la crème est bien froide. **Versez la crème dans le saladier**

2 Montez la crème en chantilly au batteur électrique. Ajoutez le sucre **et le sucre vanillé.** Réservez la chantilly au réfrigérateur.

3 **Tapissez des ramequins assez hauts de film alimentaire.** Taillez les boudoirs à la hauteur des ramequins.

4 Imbibez légèrement les boudoirs de jus d'ananas. **Tapissez-en les parois des ramequins.** Remplissez les ramequins avec la moitié de la chantilly.

5 Coupez les tranches d'ananas égouttées en petits dés. Ajoutez-les dans les ramequins et **couvrez de nouveau de chantilly.** Recouvrez de film alimentaire et mettez au frais.

LA PRÉSENTATION

Démoulez délicatement les charlottes en retournant les moules. Retirez le film alimentaire et décorez de copeaux de chocolat réalisés avec un couteau économe.

JE PRÉSENTE AUTREMENT !

Confectionnez ces mini-charlottes directement dans des verrines, ce qui vous évitera d'avoir à les démouler. Prenez de préférence des verrines transparentes.

MA VARIANTE !

Verrines express à l'ananas
Ingrédients :
4 tranches d'ananas, 3 tranches de cake, 25 cl de crème fleurette, 2 cuil. à soupe de sucre, 150 g de chocolat.
Égouttez les tranches d'ananas et coupez-les en morceaux. Tapissez-en des verrines au diamètre plutôt large (verres à whisky). Montez la crème en chantilly au batteur électrique, ajoutez le sucre et battez de nouveau.
Recouvrez les morceaux d'ananas de chantilly, puis de cake préalablement découpé en morceaux, puis de nouveau de chantilly. Faites fondre le chocolat au bain-marie, jusqu'à obtenir un mélange bien lisse et versez-le sur les verrines.

2009© Éditions Atlas. Imprimé en UE. AZ. 090 • 39.10 • « Verrines, cuillères et petits plats » est une œuvre collective. • Conception et direction éditoriale : Alexandre Grenier. Directrice de collection : Emmanuelle Naddeo. Conception graphique : Jean-Louis Packard. Auteurs : Emmanuelle Naddéo, Christine Serbource. Photographies : Philippe Exbrayat